

Школа

ГБНОУ "СПБ ГДТЮ" ЗЦ ДЮТ "Зеркальный" № 660, 1-4 класс

Отд./корп

День

10.10.2024

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
Завтрак	гор.блюдо	190	Каша молочная "Дружба" и масло сливочное	203	26,08	249	6	10	33
	гор.напиток	692	Кофейный напиток	200	9,26	152	3	4	28
	хлеб	3	Бутерброд с сыром и батон нарезной	70	18,68	171	5	4	25
	Хол. Блюдо	2	Йогурт молочный	125	36,17	124	4	4	17
	Фрукты	66	Мандарин	100	14,21	38	0	0	28
Завтрак 2	фрукты								
Обед	закуска	42	Салат из свежих помидоров со сладким перцем	80	17,85	85	1	8	3
	1 блюдо	132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	250	21,10	133	3	6	17
	2 блюдо	277	Гуляш из отварного мяса	100	74,83	141	7	8	11
	гарнир	219	Морковь, тушенная с рисом	200	14,00	254	4	12	32
	сладкое	639	Компот из смеси сухофруктов	200	5,10	113	0	0	28
	хлеб бел.								
	хлеб черн.	118	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный	48	3,28	103	3	0	20
	фрукты	т/к	Груша	100	20,34	31	0	0	8